

مراجعة المتميز

المهارات المهنية

الفصل الدراسي الثاني

اعداد

أ / محمود سعيد أ / مني عزام



نسخة مجانية







<u>بنك أسئلة المتميز في مادة «المهارات المهنية»</u>

<u>على مقررات الفصل الدراسي الثاني</u>

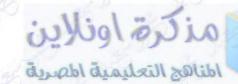
	dg si digasi	, , ,		at the	30
1	احرص عند إعداد الشراب الصناء	عی علی	إضافة السكر عندما يك	كون الشراب	3.85 7
[3]	اً باردا				ساخنا
(1)	يمكنك حماية عينيك أثناء مشرو				
3	أ قفازات مطاطية	_		(2)	قناع الغبار
P	يحتوي ا <mark>لشرا</mark> ب الصناعي على ك	مية	من العناصر	الغذائية.	
3	d قل <mark>يلة</mark>	(4)	متوسطة		كبيرة كبيرة
E	من الأدوا <mark>ت ا</mark> لتي يحتاج إليها النق	ناشون .			
3	d الأ <mark>زام</mark> يل	9	فرش الطلاء	(2)	مفاتيح ال <mark>ربط</mark>
0	الأواني الم <mark>صن</mark> وعة من		ة الوزن وتدوم لفترات م	طويلة.	
3	الألو <mark>منيو</mark> م الألومنيوم	(البلاستيك	(2)	ال <mark>إستانل</mark> س
1	من خطوات الح <mark>فاظ على السلام</mark>	ة في حال	ة اندلاع حريق أثناء الط	لهيل	
3	استخدام غطاء المقلاة المخماد الذاء	(4)	استخدام ط <mark>فاية الح</mark> ر	يق 🕝	أ، ب معأ
V	أواني الطهي المصنوعة م <mark>ن</mark>	تتف	<mark>اعل مع الأطعمة الحم</mark> د	ضية.	
3	السيليكون السيليكون	(4)	الإستانلس	(2)	الألوم <mark>نيوم</mark>
	إذا وضعت يدك المبللة على سلك غ	نير معزر	ول ستتعرض لــ		
3	عريق باليد 🛈		الصعق الكهربي		لا شيء مما سبق
9	يجب تجنُّب شراء الأدوات	لأن	نها تذوب إذا تُركت في إن	اء ساخن.	
3	البلاستيكية	9	المعدنية	②	النحاسية
(في حالة اندلاع حريق في المنزل يج	ب أن	\$50 <u>R</u>		
3	أ تُغلَق مفاتيح البوتاجاز	0	تُستخدم طفاية الحري	بق 🕝	أ، ب معأ
	يجب توجيه مقابض الأواني	72	طرف البوتاجاز.		
	1		The Same	(a)	2016





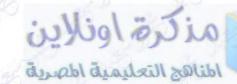
		جب	لمنزل يـ	في حالة إذا شممت رائحة غاز في ا	
مغادرة المنزل والاتصال ١٢٩	②			أ الابتعاد عن الكهرباء	3
		2 300 34		يُستخدم الكريم المطهر في	
تطهير الجروح	②	لف الالتواءات	(4)	🚺 تثبيت الرباط	3
	30	مع الأطعمة الحمضية		لا تتفاعل الأواني المصنوعة من .	(E)
الإستانلس				الألومنيوم الألومنيوم	3
				ليس من الآمن م <mark>ساعدة الأشخا</mark> ص	(10)
الجروح البسيطة	②	الخدوش البسيطة	(عروق خطيرة	3
		ىند خدشها.	سامة ء	الأواني <mark></mark> الأواني	
الألومني <mark>وم</mark>	②	الإستانلس	(4)	أ ذات الطلاء غير اللاصق	3
پیق	عن طر	د انقطاع التيار الكهربي لأيام	جة عن	يمكن ال <mark>حفا</mark> ظ على الطعام في الثلا	(V)
إضافة بيكر <mark>بون</mark> ات الصوديوم للأطعمة	(2)	إخراج الأطعمة لخارج الثلاجة	(ع <mark>دم ف</mark> تح الثلاجة للحفاظ على برودة الطعام	3
		ي؛ لحمايته من	لصناء	يتم إضاف <mark>ة مو</mark> اد حافظة للشراب ا	(IV)
الدهون	(2)			البكتيريا (أ	3
		سكب لإخمادها.	يجب،	لإخماد الحري <mark>ق النا</mark> تج عن الزيت	(19)
الزيوت	②	بيكربونات ا <mark>لص</mark> وديوم	(4)	हों। 🛈	3
		<mark>لأنها تحتوي على الفاكهة</mark> .	مينات؛	المشروباتغنية بالفيتا	(
الطبيعية	(2)	الصناعية	(4)	أ الغازية	3
				في حالة تسرُّب الغاز ب <mark>المنزل يجب</mark>	
الاتصال بالإسعاف	②	الاتصال بفريق الإطفاء	(4)	🐧 مغادرة المنزل فورًا	3
	ائح.	نجمع البكتيريا ولا تمتص الرو	أنها لا ن	من مميزات الملاعق	
الورقية	②	الفولاذية	(4)	البلاستيكية 🛈	3
			سبب.	يمكن أن تنشب حرائق الكهرباء ب	P
أ، ب معأ	②	عدم إصلاح الأسلاك التالفة بالمنزل	(4)	إيصال عدة أجهزة إلكترونية في مشترك واحد	3
		30		الضمادات اللاصقة تُستخدم لـ	(E)
لمعالجة الجروح	(2)	تخفيف الآلام	(أ لف الالتواءات	3





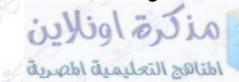
		350	ىدى	، وقوع حريق أثناء الطلاء	لتحثُّ	(1)
وضع سلم الطلاء على سطح مسته	(2)	ارتداء القفازات المطاطية	J. L.	تخزين الطلاء بعيدًا عن الحرارة		3
	صابة.	مععلى مكان الإ	کنك و ض			
المقص	-	کریم مطهر	_		-	[3]
J J J				تياطات السلامة التي يتخا		(V)
أ،بمعأ		ارتداء القفازات المطاطية وقناع الغبار		J 1999		3
300				ت الدخان <mark>يتصا</mark> عد من إحد		
طوارئ الغاز	②		_	فريق <mark>الإ</mark> سعاف	-	3
Mark Commence	•••••	لنزل لتجنب وقوع المخاطر	دمة في الم	خط <mark>وات</mark> الحفاظ على السلا	إحدى	(9)
التعامل م <mark>ع الكهرب</mark> اء ويدك مبللة.	②	إيصال أكثر من جهاز بمشترك واحد	9	ال <mark>تأكد</mark> من غلق مفاتيح الب <mark>وتا</mark> جاز	1	[3]
				<mark>طوات</mark> طلاء غرفة بسلامة	0	(P4.)
ارتداء القفازات المطاطية	(2)	التأكد من غلق أوعية الطلاء	(4)	تح <mark>ديد</mark> مواد وأدوات الطلاء	(f)	[3]
ی۰	ومُصف	ك استخدامنظيف	اكن علي	جة م <mark>شك</mark> لة لون الشراب الد	لمعال	(P)
خل	a	ملح	(4)	سکر	1	3
				ميزات المقل <mark>اة المصنوعة</mark> من		(Pr)
ثمنها رخيص	a			ثمنها غال		3
		بها من <mark>ملامسة الجروح</mark> .	س ومنع	<mark>دملقطع الملاب</mark>	نستخ	4
المقص	②	الرباط الطبي	9	الشريط اللاصق	1	3
		طريق التسويق <mark></mark>	لان عن	ناع العملاء بم <mark>صداقية الإ</mark> عا	يتم إق	(PE)
المبتكر	②	الجيد	4	الشفهي	1	-
	الجسم	ل طرد من ا	باعد على	٨ أكواب من الماء يوميًّا يس	شرب	(40)
الكربوهيدرات	②	السموم	(4)	الفيتامينات	1	5
		, 500 <u></u>		د الإعلانات بشكل عام على	تساع	(F)
أ، ب معًا	②	جذب عدد عملاء أكثر	(4)	نقل معلومات المنتج	1	By -
		شعور بالجوع بين الوجبات.	با عند ال	اتالله تناوله	الوجب	(PV)
الخفيفة	a	الغذائية	0	الدهنية	1	10 m





(PA)	يجب أن يفكر المصمم بنفس طر	يقة	35		
	أ صاحب العمل			②	مجموعة التركيز
μq	من الاملاح المعدنية الم	ضرورية	ة للمحافظة على صحة العظام		
3	أ الكالسيوم	9	الفوسفور	(2)	الحديد
(E)	من عناصر التصميم الحجم والتر			76	
and to	الصور الصور				العلامة التجارية
E	فيتامينيو <mark>جد في البيض</mark>	_			
200	в			(2)	C
E	تعبرعن هوية الشرك			_	
	الر <mark>مز</mark> الر <mark>مز</mark>			(2)	العلامة <mark>التج</mark> ارية
				~	
	الم <mark>شو</mark> ية الم <mark>شو</mark> ية			(3)	السريعة
(EE)	يمكن ص <mark>ناع</mark> ة الملابس من مصادر				
5	الأغ <mark>نام (</mark> الأغنام			(2)	الكَتَّان
E0	كل مما يأتي <mark>من الأطعمة المناسب</mark>	-		\sim	
	الوجبات السريعة			(2)	الحبوب الكاملة
(E)	حديقة أنطونيادس من أقدم الحد				
	الإسكندرية (أ)		مرسی مطروح	(2)	الفيوم
EV	نسبة الفيتامينات في الوجبات الد				
			كثيفة		منخفضة ص
EV	کلا مما یلی من علامات <mark>فساد ال</mark> ف		19. 4		96
			رائحة تخمر		متماسكة وطازجة
E9	كل مما يلي من الوجبات الخفيفا	1 -		(3)	
	الترمس الترمس		البليلة	•	البطاطس المقلية
(b)	السبب الرئيسي في فساد الطعام و				S &
	الخل الخل		البكتريا والعفن		्राप्ता
01	الطعام قداذا تُرك لفتر				
	ل يقل ل		ينضج		يتعفن



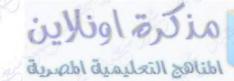


- 40	Mr. San				
(OL)	يمكن إضافة القليل من	ا	رفع القيمة الغذائية للطعام «	المحشي	
250	الدهون الدهون	(4)	الملح	②	اللحم المفروم
OH	ان لم يتم حفظ الطعام جيدًا فقد ب	د يكون	منتناوله .		
The state of	الإيجابي (الم	(4)	الافضل	②	الخطير
(SE)	لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منر	بنها تحذ	ناج أجسامنا إلى		
The same	البروتينات البروتينات	(4)	الفيتامينات	(2)	الدهون
00	للحفاظ على الطعام أطول فترة مم	ممكنة	بُفضل تركه في	••••	
7	🛈 الفرن	(4)	الثلاجة	(2)	المطبخ
(0)	عوجد في اللحو	حوم الح	مراء، ويعتبر عنصرًا مهمًّ الله	. م	
	الأ <mark>لياف</mark> الأ <mark>لياف</mark>	(4)	الحديد	②	الكالس <mark>يوم</mark>
OV	من الأمو <mark>ر الو</mark> اجب مراعاتها عند تد	تصميم	الحدائق		
1	الأ <mark>ش</mark> خاص المستفيدون	(4)	أشكال وألوان أوراق النبات	②	أ، ب معًا
01	نحتاج إل <mark>ى</mark> للحفاظ عا	على صــ	عة العظام والأسنان.		
J.	السموم ()	4	الصوديوم	②	الكالسيوم
PO	تتيح المتنزه <mark>ات والحدائق مجال ً</mark> لــــــــــــــــــــــــــــــــــ	ــ			
200	المرح والتعلُّم المرح والتعلُّم	(4)	تأمّل الطبيعة	②	أ، ب معًا
(F)	للبقاء في صحة جيد <mark>ة تحتاج ممار،</mark>	ارسة الر	ياضة لمدة <mark></mark> يومب	٤	
u	اً ساعة	4	ساعتين	a	<mark>ثلاث سا</mark> عات
	يُفضّل ارتداء الملابس المصنوعة من	من القط	ن؛ لأنها		
	رخيصة الثمن	(4)	متينة ويمكن غسلها	(2)	ثقيلة <mark>في</mark> الوزن
T	يجب أن تحتوي الوجبة ا <mark>لغذائية الم</mark>	المتوازنة	ة على		
120	🛈 الخضراوات	4	الحبوب	(2)	أ، ب معًا
P	الملابس يجعله	للها أكثر	أناقة .		
	🛈 تخزین	(4)	اتساخ	②	کي
(JE)	من الصفات الواجب توافرها في الإ	الإعلان.	<u> </u>		
0	المصداقية والقدرة على الإقناع الإقناع	(يحتوي على جمل طويلة	②	لا يبرز العلامة التج
10	مصدر قماش الحرير		The state of the s)	
0	🛈 دودة القز	(4)	الاننام الونالاين	(2)	البترول
ال ال	نكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز DR Cod أو من خلال صفحة "المتميز - أ/ مجمود سعيد".	0	الره اولاين		2



	من الأمور الواجب اتباعها لضم	0-	• • •		
1	المصداقية المصداقية	-		②	أ، ب معًا
(V)	العلامات التجارية الناجحة تس				
Man ye	أ الكلمات فقط	(4)	الرموز فقط	②	أ، ب معا
M	من مبادئ التصميم الجيد أن يـ	کون	30 07		
الله مروا	أ معقدا	(4)	مشتتا	(2)	بسيطا
79	قد لا يتضمن شعار الش <mark>ركة الا</mark>	سم الخاص	س بها اذا كان اسم الشركة	ئة	野"
. 5	طويلا	Θ	صعبا	(2)	قصيرا
(V·)	قماش الصو <mark>ف مص</mark> دره				
	اً دو <mark>دة ال</mark> قز	Θ	الأغنام	②	البترول
VI	مجموعة <mark></mark> تقوم بن	تجربة المنن	جات قبل عرضها في الأسوا	واق.	
	الدعم 🛈	(4)	التركيز	(2)	البحث
Vr	العناية با <mark>لملا</mark> بس تساعد على تو	فير			
7	المسحوق ((4)	المال	(2)	الكهرباء
(TP)	يُفضَّل تص <mark>ميم ا</mark> لمنتج بشكل ي	ضمن إعا	دة استخدامه حتى لا يؤثر ،	ر سلبيًّا على	
J.O	🛈 السوق	(الأسعار	②	كوكب الأرض
VE	كل مما يلي من إرش <mark>ادات المحا</mark> ف	فظة على ا	لطعام ما عد <mark>ا</mark>		
1 17.					
44	أ غسل الطعام	(4)	تنظيف الأسطح	②	ترك الطعام خارج الثلا <mark>ج</mark> ة
VO	التسويق يقوم به				
VO		، مجموعة		المنتج واقتن	
(S)	التسويق يقوم به	، مجموعة (<u>(</u>	ة من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة	المنتج واقتن	عوا به. بالحمل <mark>ات</mark> الإعلانية
	التسويق يقوم به أ الشفهي	، مجموعة (<u>)</u> كتيريا والد	ة من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة	المنتج واقتن	عوا به.
	التسويق يقوم به (أ) الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل الب	ه مجموعة (ب) كتيريا والد (ب)	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة	المنتج واقتن	عوا به. بالحمل <mark>ات</mark> الإعلانية
(D)	التسويق يقوم به أ الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل البه أ متجمدة	ه مجموعة (ب) كتيريا والد (ب)	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة ن الأشياء غير	المنتج واقتن	عوا به. بالحمل <mark>ات</mark> الإعلانية
(D)	التسويق يقوم به أن الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل الب أن متجمدة أعطاء معلومات خطأ في الإعلار	ه مجموعة كتيريا والد (ب) ن يُعتبر مر (ب)	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة ن الأشياء غير	المنتج واقتنا (2) (3) (4)	عوا به. بالحملات الإعلانية ساخنة جدا اللائقة
(S) (S)	التسويق يقوم به أن الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل البك أن متجمدة أعطاء معلومات خطأ في الإعلار ألك الفنية	ه مجموعة كتيريا والد ن يُعتبر مر ن يُعتبر مر ية من	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة ن الأشياء غير	المنتج واقتنا (2) (3) (4)	عوا به. بالحملات الإعلانية ساخنة جدا
(S) (S)	التسويق يقوم به ألسويق الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل البك ألم متجمدة أعطاء معلومات خطأ في الإعلام ألسية الفنية يحتوي الترمس على نسبة عالبه ألم البروتين	ه مجموعة كتبريا والد ن يُعتبر مر ن يُعتبر مر ية من	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة ن الأشياء غير القانونية	المنتج واقتنا (2) (3) (4)	عوا به. بالحملات الإعلانية ساخنة جدا اللائقة
(S) (S) (S)	التسويق يقوم به ألسويق الشفهي تنمو الكائنات الدقيقة مثل البك ألم متجمدة أعطاء معلومات خطأ في الإعلام ألسية الفنية يحتوي الترمس على نسبة عالبه ألم البروتين	ه مجموعة كتيريا والد ن يُعتبر مر ن يُعتبر مر ية من ي كمية كبر	من العملاء الذين جربوا الم بالعمولة عفن في ظروف بيئية دافئة رطبة ن الأشياء غير القانونية الدهون	المنتج واقتنا (2) (3) (4)	عوا به. بالحملات الإعلانية ساخنة جدا اللائقة





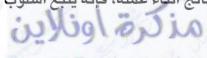
(1.)	تتوفر	بشكل طبيع	لى فى الد	فواكه والعسل.		
	A	الألياف			(2)	الاملاح المعدنية
(N)		ا يلي من الأغذية الصحية ه				
Bo Ja		الفاكهة			(2)	الأطعمة الدهنية
(V)				وضح للعملاء النشاط الذي تذ	نوم به	الشركة .
1	<u>أ</u> ش	شعار الشركة	(4)	العلامة التجارية	(2)	عنوان الشركة
(P)		كمية أقل من <mark>الملابس يعني</mark>				
		" أكثر			(2)	أقل
(NE)	وجود الح	الحدا <mark>ئق يس</mark> اعد على	•••••			
,		تنق <mark>ية</mark> الهواء	_	استمتاع الكبار والأطفال	②	أ، ب معًا
(10)	النباتات .	ت <mark></mark> تنمو خلال عا	م فقط	داخل الحدائق.		
	ال ال	ال <mark>حو</mark> لية	(4)	المعمرة	(2)	الزينة
(1)		اس <mark>تبد</mark> ال الوجبات السريعة				3 C
70	1	البطاطس المقلية			(2)	الذرة الم <mark>شوية</mark>
(NV)	تحتوي ال	ي الوج <mark>بات</mark> السريعة على كم	یات کب	پيرة من		
3.0	ال الد	الفيتامينات	(4)	المعادن	(2)	الملح
M				بات التي تحت <mark>وي على ق</mark> در كبير	, من الد	سكر والدهون.
1 St.		المسلوقة	_	غير الصحية		
(19)	يُعتبر الأر	الأرز والبطاطس من				
بر	TI (1)		(4)	الفيتامينات	(2)	النشويات
4	تتغذى الب	، البكتيريا والعفن <mark>على</mark>		والعناصر الغذائية الأخرى .		
19	~	الدهون	(4)	الاملاح	(2)	السكريات
	السةا	ؤال الثاني ضع	علامة ((√) أمام العبارة الصحيحة وعلا	ر ×) مة) أماه العبارة الغبر ه
	120			# 2 T	70	120
①	7 4			صناعي؛ لحمايته من العفن و	والبكتير	یا.
Ö		رتدي النقاش قفازات يد م				
9	THE STATE OF THE S			ت؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.		1 35 2
(E)		ن الأدوات اللازمة لطلاء الغ ند العلم مديرة: تكوير م			.1.	to with
0	عندا	ند الطهي يجب ان تحون م	قابص ا	الأواني بعيدة عن طرف البوتا.	جاز.	1) 750

المهارات المهنية الصف الرابع الإبتدائي - الفصل الدراسي الثاني



	ANTI SEO WAS SET SEO WAS	- XII	حوود س
(3)	أولى خطوات طلاء غرفة هو تحديد الأدوات والمواد الخاصة بالطلاء.	3	1
(تتميَّز الأواني المصنوعة من الإستانلس بسعرها الرخيص.	3	V
(5	في حالة اندلاع حريق كهربي يجب فصل التيار الكهربي عن المنزل مباشرة.	3	(V)
(لا يُفضل استخدام الملاعق الفولاذية؛ لأنها معرضة للصّدأ وتمتص الروائح.	3	9
(يمكننا إخماد الحرائق الناتجة عن الزيت بواسطة الماء.	3	(
()	من احتياطات السلامة تقطيع الطعام بعيدًا عن اليد.	3	
(في حالة تسرُّب غاز لا يجب أن تضيء أي مصباح كهربي؛ لتجنب حدوث حريق.	3	
(الإفراط في طهي الطعام يحافظ على عناصره الغذائية.	3	P
(تُستخدم الضمادات اللاصقة في معالجة الجروح والخدوش الصغيرة.	3	(E)
(يمكننا ا <mark>ستخ</mark> دام ميزان الحرارة للتحقق من أن الدجاج قد تم طهيه جيدًا.	3	(10)
(يُفضّل غسل اليدين جيدًا قبل قيامك بإعداد الطعام.	3	n
6	استخدام الإسعافات الأولية في حالات الحروق والكسور أمر ضروري.	3	(IV)
(من <mark>مم</mark> يزات الملاعق السيليكون أنها لا تخدش الأواني	3	(IV)
()	من <mark>الم</mark> كن استخدام الرباط الطبي في لف الالتواءات وتثبيتها.	3	(P)
(0)	من عيوب المقلاة المصنوعة من الألومنيوم تفاعلها مع الأطعمة الحمضية.	3	(i)
()	من <mark>خط</mark> وات السلامة التأكد من إغلاق مفاتيح البوتاجاز بعد انتهاء الطهي.	3	(1)
(من ع <mark>يوب ا</mark> لأواني ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش.	3	(ii)
700	يجب الاب <mark>تعاد عن أسلاك الكهرباء عندما تكون اليد مبتلة حتى لا نتعرض للصعق</mark>	[3]	(1)
'	الكهربي.		0
(3)	يُفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق <mark>حتى لا يلت</mark> صق الطعام بها.	3	(13)
(لون طلاء الغرف لا <mark>يُشكل فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة.</mark> ()	3	(0)
(عند إعداد العصير <mark>يُفضل إضافة الس</mark> كر إلى السائل عندما يكون باردًا.	3	0
600	ليس من الضروري التأكد من إحكام غلق أوعية الطلاء.	3	(V)
(الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي.	3	(LV)
(Was	أثناء طلاء الجدران الداخلية يجب غلق النوافذ والأبواب.	3	(9)
	يجب تخزين الطلاء في الأماكن الحارة للحفاظ عليه فترة أكبر.	3	(H)
(عندما لا نستطيع السيطرة على الحريق بالمنزل يجب الاتصال بخدمة الطوارئ ١٢٩	3	(4)
(35)	يمكن استخدام ملابسك في تضميد الجروح المفتوحة.	3	(Pr
(عند إعداد الطعام يجب غسل الخضراوات والفواكه والأسماك في وعاء واحد.	3	
(يجب تجنُّب استخدام الأدوات البلاستيكية؛ لأنها مضرة للبيئة.	3	(ME)
(يتكوَّن الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية ومنكهات الطعم.	3	(40)
(المشروبات الطبيعية تحتوي على عناصر غذائية قليلة جدًّا.	3	(F)
(ليحصل النقاش على أفضل النتائج أثناء عمله، فإنه يتبع أسلوب «خطوة خطوة».	[3]	(PV)







لمهارات المهنية	
نرابع الإبتدائي - الفصل الدراسي الثاني	عرصال علاساء والطفال

	🗓 من علامات تسرُّب الغاز في الشقة توقُّف الأجهزة الكهربائية عن العمل. 🥒 🥚 ((PA)
([3] لتطهير الحروق والخدوش نضع قدرًا بسيطًا من كريم علاج اللدغات.	PP
([3] التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًّا وغير صحي.	(F)
([3] نستخدم الملاعق المسطحة المصنوعة من السيليكون؛ لأنه لاصق وغير مرن.	(E)
(يُستخدم الكريم المطهر في الإسعافات الأولية لتثبيت الرباط على الجرح.	(EL)
(يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على المشروبات المفيدة.	(H)
(ممارسة الرياضة يوميًّا يساعدنا على الحفاظ على صحتنا.	(33)
(تحتوي الوجبة الغذائية الم <mark>توازنة على الخضراوات والحبوب.</mark>	(E0)
(للحفاظ على صحتك يجب تناول أطعمة مليئة بالدهون.	(3)
(من أمثلة الأطعمة الصحية الحلويات والأطعمة المقلية بالزيت.	(EV)
(يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء النظيف يوميًّا على التخلص من السموم.	(EA)
6	ليكون يوم <mark>ك ص</mark> حيًّا يُفضل ممارسة الرياضة لمدة ساعة.	(29)
(تعتبر الده <mark>ون</mark> من مصادر الحصول على الطاقة.	()
(يحتاج الج <mark>سم</mark> إلى الأملاح المعدنية لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها.	(I)
(0)	توجد الألي <mark>اف</mark> في الحبوب والبقوليات والفواكه.	Or
(تحتوي المك <mark>سرا</mark> ت والزيتون والأسماك على دهون ضارة.	OP
(يحتاج الجس <mark>م إلى</mark> الفيتامينات للمحافظة على مناعته ومقاومة الأمراض.	()E
(نجد الحديد في اللحوم الحمراء والأسماك.	00
(للألياف أهمية كبرى في عملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم.	(9)
(3)	يساعد الماء الجسم على التخلص من السموم.	OV
(يجب علينا تناول الوجبات السريعة للحفاظ على صحتنا.	00
(يحتاج الأطفال إلى أطعمة غنية بالعناص الغذائية.	(PO)
(يمكننا جعل أطباقنا صحية أكثر من خلال القيام ببعض التغييرات البسيطة عليها.	①
(يعتبر الكشري من الوجبات الغنية بالعناصر الغذائية.	1
(%	الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية.	T
(يحتوي النظام الغذائي الصحي للأطفال على الكثير من الدهون. ﴿ ﴿ ﴾ ﴿ ﴿ ﴿ ﴿ اِلَّهُ اللَّهُ اللّ	(TP)
(تناول المشروبات الغازية باستمرار مفيد جدًّا لصحة الأطفال.	Œ
(50	من العادات الغذائية الإيجابية التقليل من كميات السكريات والدهون.	10
(تجنب تناول المكسرات واللحوم الخالية من الدهون لتأثيرها السلبي على صحتك	n
(البطاطس المقلية من الوجبات الخفيفة الصحية.	(V)
(-)	على الرغم من أضرار الوجبات السريعة، إلا أننا نفضل تناولها.	M
(من الأفضل أثناء المناقشة إقناع زملائك برأيك بالقوة.	(19)

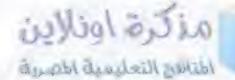






(من الأفضل تناول المشروبات الغازية بدلا من المشروبات الطبيعية.	(V)
(الذرة المشوية غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن.	(VI)
(البليلة وحمص الشام من الوجبات السريعة غير الصحية.	Vr
(لتناول وجبات خفيفة صحية نستبدل البطاطس المشوية بالبطاطس المقلية.	(VP)
(الوجبات السريعة تحتوي على نسبة مرتفعة من الفيتامينات .	VE
(يستحسن إبقاء اللحوم والألبان خارج الثلاجة لحين استخدامها.	VO
(من علامات الفاكهة الطازجة وجودها في حالة لينة وتفوح منها رائحة تخمر.	(V)
(ابقاء اللحوم والالبان لفترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر على صلاحيتها .	(VV)
(ي <mark>فسد العديد من الأطعمة إذا لم يتم حفظها بطريقة مناسبة.</mark>	VA
(من أسباب <mark>فساد الطعام الكائنات الدقيقة التي تعيش في ا</mark> لهواء.	V9
(ظهور بقع <mark>داكنة</mark> على الخضراوات يعد دليل على فسادها.	(1-)
(ليس من الضروري مسح المناضد قبل إعداد الطعام.	AI
(من إرشادا <mark>ت ا</mark> لحفاظ على الطعام ربط الشعر أو تغطيته.	(N)
(تفسد اللح <mark>وم</mark> والدجاج عند تركها خارج الثلاجة لأكثر من ساعة في حرارة مرتفعة .	(Ah)
(تساعد الح <mark>دائق</mark> على تقليل تلوث الهواء.	(NE)
(تتشابه جميع الحدائق من حيث التصميم.	(10)
(تُعد حديقة أ <mark>نطونيادس أقدم حديقة عامة في القاهرة.</mark>	M
(عند تصميم الحدائق يجب مراعاة تواجد أماكن ظل للاسترخاء والتحاور.	N
(النباتات الحولية نباتات ستنمو لمدة عام واحد.	W
(عند تصميم الحدائق يجب التفكير في الأشخاص المستفيدين منها.	PA
(يجب أن تُصمم جميع أنواع الحدائق بشكل منظم فقط.	•
(تختلف الحدائق عن بعضها من حيث الأرصفة والممرات وأشكال وأنواع النبات	P
(يعتبر الكَتَّان من أنواع الأقمشة ثقيلة الوزن.	T
(الملابس البوليستر ملابس صديقة للبيئة.	4
(يجب معالجة بقع الملابس فور حدوثها.	(SE)
(العناية بالملابس توفر المال، ولكنها تتسبب في أضرار بيئية.	90
(لتوفير الطاقة يُفضِّل غسيل الملابس بمياه ساخنة.	(1)
(لتوفير الطاقة تجنَّب استخدام آلة تجفيف الملابس.	(VP)
(يتميز الحرير بأنه ناعم وليِّن ومتين.	(NP)
(قبل البدء في غسل ملابسك عليك فرزها بحسب لونها ومدى اتساخها.	99
(إعادة تدوير الملابس هو إحدى طرق المساعدة في حماية البيئة.	(-)
(السرود الفرور والترام والإسلامية التنظيف المرودة والروام قابير المالي	

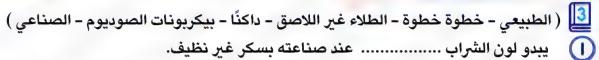






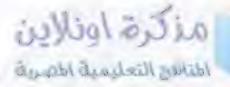
()	من الضروري لأي شركة أن يكون لها علامة تجارية تُوضح طبيعة عملها بطريقة مشوقة وواضحة.	(H)
()	رو.ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ	(H)
()	من الضروري أن يتضمن الشعار اسم الشركة.	(34)
()	السوق المستهدفة من أهم العوامل الواجب مراعاتها عند تصميم شعار الشركة.	(1-0)
()	تتضمن العلامة التجارية الناجحة صوَرًا وكلمات ورموزًا للتعبير عن الشركة بشكل فعال.	(<u>F</u>)
()	الشعار هو مجرد صور وكلمات ليس لها معنى.	(<u>v</u> -i
()	يعتبر الرمز الذي يوضح <mark>النشاط الذي تمارسه الشركة هو شعار الشركة</mark>	(I-V)
()	عند عمل أي تصم <mark>يم يجب</mark> أن يكون بسيطًا ومناسبًا لجميع الفئات.	(P4)
()	على المصمم <mark>ن أن ي</mark> فكروا بطريقة مختلفة عن التي يفكر بها المستخدمون.	(II)
()	مجموعة التركيز تقوم بتجربة المنتجات بعد عرضها في الأسواق.	
()	من الضروري اختبار المنتجات قبل عرضها في الأسواق.	
()	التسويق ال <mark>شف</mark> هي يقوم به مجموعة من شركات الإعلانات الكبيرة.	
()	التسويق الشفهي له مصداقية أكثر عند الناس من الحملات الإعلانية.	(IE)
()	ً إعطاء معل <mark>وما</mark> ت خاطئة في إعلان ما، يُعد من الأمور غير القانونية.	(10)
()	شعار الحم <mark>لات الإعلانية يج</mark> ب أن يقتصر على بضع كلمات لا تزيد عن ثلاث .	(II)
()	لنجاح إعلانك يجب معرفة كل المستجدات عن منافسيك.	(IIV)
()	ليس من الضرور <i>ي إع</i> طاء معلومات صادقة وصحيحة في إعلانك.	
()	الإعلان الناجح يجب أن يكون جاذبًا لافتا للانتباه	PI
()	قدرتك على التنافس تمثل فرقًا في مدى نجاح الحملة الإعلانية لمنتجك.	(F)
	الأقواس	السؤال الثالث أكمل العبارات التالية بالإجابة المناسبة من بين ا	





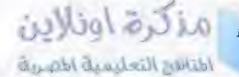
- يتَّبع النقاشون المحترفون أسلوب أثناء العمل .
- الشراب غنى بالفيتامينات والاملاح المعدنية ؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.
- في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي يجب إطفاء الحريق باستخدام
 - من عيوب الأواني ذات أنها قد تكون سامة عند الخدش.





(مطهر - قليلة - سعرها رخيص - ١٨٠ - يقلل - ١٢٣ - مغادرة المنزل)	3
عند اندلاع حريق بالمنزل علينا الاتصال بـ	(1)
تتميَّز المقلاة المصنوعة من الألومنيوم بألوانها المختلفة و	(1)
الإفراط في طهي الطعام من العناصر الغذائية المتوفرة فيه.	(4)
نضع كريم لتطهير الحروق والخدوش.	E
الشراب الصناعي يحتوي على ع <mark>ناصر غذائية</mark>	0
إذا شممت رائحة <mark>غاز بالمنزل يجب القيام بــــــــــــــــــــــــــــــــــــ</mark>	1
(P)	
(الطبيعي <mark>- شا</mark> ش معقم - لون الطلاء - الصناعي - مفتوحة - السيليكون - ال <mark>حرار</mark> ة)	3
الشراب يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي.	1
لتجنُّب <mark>خط</mark> ر اندلاع حريق يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن	0
نستخدم لمعالجة الجروح المفتوحة.	(4)
اختيار يحدث فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة.	(E)
يُفضل <mark>شراء</mark> الملاعق المصنوعة من لأنه مرن وغير لاصق.	0
أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ والأبواب	1
(E)	
(A - فورًا - قابل للتصديق - الخضروات - عام - الصحية - ثلاثة أعوام - G)	
من مميزات الإعلان الناجح والجيد أن يكون	1
من أهم أنواع الطعام لتكوين وجبة غذائية متوازنة	(1)
عند ظهور بقع على الملابس يجب معالجتها	4
يحتوي السمك على فيتامين	(E)
النباتات الحولية تنمو لمدة	0
الأسماك والبيض والبقوليات من الأطعمة المفيدة للجسم.	1
(الشفهي - الأطعمة المقلية - الرياضة - شعار الشركة - الدم)	
يجب ممارسة يوميًّا للحفاظ على صحتنا.	(1)
هو رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تمارسه الشركة.	(1)
التسويق يقوم به مجموعة من العملاء الذين قاموا بتجريب المنتج واقتنعوا	(4)
الحديد عنصر مهم لـ	(E)





من العادات الغذائية السلبية تناول كميات كبيرة من



(الفيتامينات - ثاني أكسيد الكربون - الفساد - البليلة - البكتيريا - خفيفة الوزن)	
ترك الطعام على المنضدة فترة طويلة يعرضه لـ	①
السبب الرئيسي في فساد الأطعمة	(1)
من الوجبات الخفيفة الصحية	(P)
المساحات الخضراء تمتص	E
يحتاج الجسم إلى <mark> لمساعدته على مقاومة الأمراض.</mark>	0
يتميز قماش الكَتَّا <mark>ن بأنه</mark>	(1)
U	
(الثلاجة - الالياف - ٨ - شعار - الدهون - ٥)	
يجب وضع الطعام غير المستخدم في	1
تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من	(1)
مهمة لعملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم	P
من الأم <mark>ور</mark> الواجب مراعاتها لضمان نجاح حملتك الإعلانية ابتكار	(E)
شرب أكواب يوميًّا يساعد على طرد السموم من الجسم.	0
السؤال الرابع الجب عن الاسئلة الأتية	
لماذا يتم تسخين الشراب جيدًا قبل تصنيعه؟	1
لماذا يتم تسخين الشراب جيدًا قبل تصنيعه؟ للذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟	1
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم.	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضر اوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم. لماذا يجب تجنُّب شراء أدوات المطبخ البلاستيكية؟	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم.	
لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم. لماذا يجب تجنُّب شراء أدوات المطبخ البلاستيكية؟	

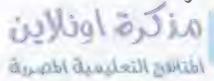






(لماذا نترك النوافذ مفتوحة أثناء طلاء جدران الغرفة؟
9	كيف تتصرَّف في حالة إصابة أحد الأشخاص في حادث بإصابات خطيرة؟
•	لماذا يعد الألومنيوم مصدر خطر في صناعة الأواني؟
	ما الأمور الواجب توافرها لضمان نجاح إعلان؟
	اذكر أمثلة لأنواع الطعام المكوِنة للوجبة الغذائية المتوازنة.
	اذكر ثلاثة من مبادئ التصميم الجيد.
(E)	ما الفائدة من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية؟
(10)	ما أهمية العلامة التجارية؟
	ما أهمية الألياف للجسم؟
	اذكر بعض احتياجات الأشخاص المستفيدين من الحديقة للاستمتاع بها.
	اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟
(PI)	اذكر واحدة من إرشادات الحفاظ على الأطعمة؟
(F)	ما هي صفات الإعلان الجيد؟
	للذا تعتبر الوجبات السريعة من الأطعمة غير الصحية؟
	باذا تُعد الوجبات السريعة مضرة؟
	كيف نحافظ على الطعام من التلف والفساد؟



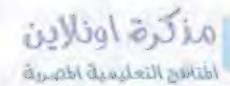




كم عدد الأكواب التي يجب أن نتناولها يوميًّا؟	(E)
ما هي أهمية الحدائق والمتنزهات؟	
ما أهمية البروتينات؟	
وضّح الفرق بين النباتات الحولية والمعمرة.	(V)
•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	
اذكر أهمية الإعلانات ؟	
اذكر ال <mark>طري</mark> قة المناسبة لمعالجة بقع الملابس.	
••••••	
اكتب اث <mark>نين</mark> من مصادر الأقمشة الصديقة للبيئة.	(P4.)
······	
اذكر بع <mark>ض الع</mark> وامل التي يجب مراعاتها عند التخطيط لإنشاء علامة تجارية.	
•••••	
كيف يمكن أن نجعل الوجبات السريعة صحية أكثر؟	(Pr
•••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	
لماذا يُعد التصميم مهمًّا؟	
يحتاج الأطفال إلى تناول وجبات متوازنة. اذكر واحدة منها.	(PE)

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق







الاجابات النموذجية لبنك أسئلة

المهارات المهنية

الفصل الدراسي الثاني

<mark>اعداد</mark> أ / محمـود سعيد ً أ / منى عزام



بنك أسئلة المريزفي مادة «المهارات المهنية»

على مقررات الفصل الدراسي الثاني

		لإجابة الصحيحة	اختر ا	السؤال الأول	
		اخراذة الرحر حريرا تفاريا	10 0	ا و و و در او دار الشراء و الو دار	
				احرص عند إعداد الشراب الصناء	
ساخنا				ا باردا	3
******		غرفة من خلال ارتداء	ع طلاء	يمكنك حماية <mark>عينيك أثناء</mark> مشرو	
قناع الغبار	②	نظارات الأمان	Θ	قفازات مطاطية	3
	ية.	من العناصر الغذائ	مية	يحتوي ا <mark>لشراب</mark> الصناعي على ك	(4)
				أ قليلة	[3]
				ـــــــ من الأدوا <mark>ت ا</mark> لتي يحتاج إليها النة	(E)
مفاتيح ا <mark>لربط</mark>	(2)	فرش الطلاء		الأ <mark>زامي</mark> ل الأ <mark>زامي</mark> ل	[3]
محاليح الربح	_				
	_	ة الوزن وتدوم لفترات طويلة	_	الأواني الم <mark>صنوعة من</mark>	0
<u>الإستانلس</u>		البلاستيك		الألومنيوم الألومنيوم	[3]
••••••	•••••	ة اندلاع حريق أثناء الطهي .	ة في حال	من خطوات الحفاظ على السلام	1
أ، ب معاً	(2)	استخدام <mark>طفاية الحر</mark> يق	(4)	استخدام غطاء المقلاة الخماد الذاء	3
		<mark>اعل مع الأطعمة الحمضية.</mark>	تة	أواني الطهي المصنوعة من	V
الألومنيوم	②	الإستانلس	4	السيليكون السيليكون	[3]
				إذا وضعت يدك المبللة على سلك غ	
لا شيء مما سبق	(2)	الصعق الكهربي	_	أ حريق باليد	[3]
ء سيء سبق	_	•		e	
	_		_	يجب تجنّب شراء الأدوات	9
النحاسية			_	البلاستيكية	[3]
		•••••	ب أن	في حالة اندلاع حريق في المنزل يج	(
أ، ب معاً	(2)	تُستخدم طفاية الحريق	Θ	أُ تُغلَق مفاتيح البوتاجاز	3
		طرف البوتاجاز.	•••••	يجب توجيه مقابض الأواني	
بمحاذاة	(2)	بعيدا عن	4	ت أ قريبا من	3

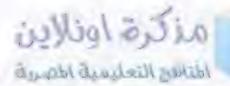






	في حالة إذا شممت رائحة غاز في ا	المنزل يـ	جب		
3	أ الابتعاد عن الكهرباء	4	الانتظار في المنزل	(2)	مغادرة المنزل والاتصال ١٢٩
	يُستخدم الكريم المطهر في				
3	🚺 تثبيت الرباط	4	لف الالتواءات	(2)	تطهير الجروح
(E)	لا تتفاعل الأواني المصنوعة من.		مع الأطعمة الحمضية	.á	
3	الألومنيوم	(4)	النحاس	(2)	الإستانلس
10	ليس من الآمن م <mark>ساعدة الأشخ</mark> اص	ں المصا	بين بـــــ		
3	ا حروق خطيرة	(4)	الخدوش البسيطة	②	الجروح البسيطة
	الأوانيقد تكون ،	سامة ء	ىند خدشها.		
3	أ ذات الطلاء غير اللاصق	(4)	الإستانلس	(2)	الألومن <mark>يوم</mark>
(V)	يمكن الح <mark>فا</mark> ظ على الطعام في الثلا		د انقطاع التيار الكهربي لأيام		پیق
3	عدم فتح الثلاجة للحفاظ على برودة الطعام	(4)	إخراج الأطعمة لخارج الثلاجة	②	إضافة بيك <mark>ربونا</mark> ت الصوديوم للأطعمة
	<u>حو بروه محمم</u> يتم إضاف <mark>ة م</mark> واد حافظة للشراب				
3	البكتريا البكتريا	_	*	_	الدهون
(19)	لإ <mark>خماد الحريق النا</mark> تج عن الزيت				
3	न्या 🛈			②	الزيوت
(المشروباتغنية بالفيتا				
3	أ الغازية	4	الصناعية	(2)	الطبيعية
	في حالة تسرُّب الغاز بالمنزل يجب				
3	مغادرة المنزل فورًا	(4)	الاتصال بفريق الإطفاء	(2)	الاتصال بالإسعاف
(1)	من مميزات الملاعق	أنها لا ت	نجمع البكتيريا ولا تمتص الرو	وائح.	
3	البلاستيكية	4	الفولاذية	②	الورقية
P	يمكن أن تنشب حرائق الكهرباء و	بسبب.			
3	إيصال عدة أجهزة إلكترونية في مشترك واحد	4	عدم إصلاح الأسلاك التالفة بالمنزل	(2)	أ، ب معاً
(E)	ي مسرن واحد الضمادات اللاصقة تُستخدم لــ.		بيكرن		
[3]	أ لف الالتواءات	(4)	تخفيف الآلام	(2)	لمعالحة الحروح





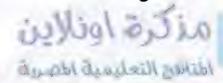
0
3
3
V
3
N.
3
·9
3
4
3
ال ا
3
3
3
3





		يجب أن يفكر المصمم بنفس طريقة	(P/N
مجموعة التركيز	(5)	شاحب العمل 🔑 المستخدم	
نان.	م والأس	من الاملاح المعدنية الضرورية للمحافظة على صحة العظا	(Pop)
الحديد	②	الكالسيوم 🕒 الفوسفور	
		من عناصر التصميم الحجم والتركيب و	(E-)
العلامة التجارية	(%)	🛈 الصور 🔑 اللون	
		فيتامينيو <mark>جد في البيض والسمك، ويساعد على تقوية النظر</mark>	(EI)
С	②	<u>A</u>	
		تعبرعن هوية الشركة.	EL
العلامة التجارية	(2)	🛈 الرمز 🔑 الشعار	
السريعة		المشوية 🕀 المسلوقة	
. 		يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرة للبيئة مثل	(EE)
الكَتَّان		الأغنام البترول	
"	(a)	كل مما يأتي من الأطعمة المناسبة للأطفال ما عدا	E0
الحبوب الكاملة		الوجبات السريعة الخضراوات المحديقة الم	(E1)
الفيوم	(2)	كديفة انطونيادس من اقدم الكدائق في محافظة	(E)
ريييوم		نسبة الفيتامينات في الوجبات السريعة	(EV)
منخفضة	(2)	أ مرتفعة 🔑 كثيفة	
		كلا مما يلى من علامات فساد الفواكه والخضراوات ما عدا	(EV)
متماسكة وطازجة	②	 بقع داكنة بقع داكنة 	
		كل مما يلي من الوجبات الخفيفة الصحية ما عدا	(P3)
البطاطس المقلية	②	الترمس البليلة	0
		السبب الرئيسي في فساد الطعام هو	(0-)
الماء	②	الخل الخل البكتريا والعفن	
	_	الطعام قداذا تُرك لفترة طويلة داخل الثلاجة .	OI
يتعفن	②	يقل 🔑 ينضج	





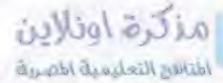
بحول جرست	<u> </u>				
O	يمكن إضافة القليل من	لـ	رفع القيمة الغذائية للطعام «	المحشى	- ((
	🚺 الدهون	_	الملح	* _	اللحم المفروم
OH	ان لم يتم حفظ الطعام جيدًا فقد	د يكون	منتناوله .		
	أ الإيجابي	4	الافضل	②	الخطير
(OE)	لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف م	ىنها تحت	ناج أجسامنا إلى	•••••	
	البروتينات البروتينات	(4)	الفيتامينات	②	الدهون
00	للحفاظ على الطعام أطول فترة ه	_	~	•••••	
	🛈 الفرن				المطبخ
(1)	يوجد في اللـــــــــــــــــــــــــــــــــــ	_		_	
	الألياف الألياف	4	الحديد	<u>_</u>	الكالسيوم
OV	من الأمور الواجب مراعاتها عند	_			
	الأشخاص المستفيدون			(2)	أ، ب معًا
0V	نحتاج إلىللحفاظ .				
	1 السموم			(2)	الكالسيوم
(PO)	تتيح المتنزهات والحدائق مجالً	_			
	المرح والتعلُّم				أ، ب معًا
(b)	للبقاء في صحة جيدة تحتاج مما			_	
	<u>ساعة</u>	-	**		ثلاث ساعات
1	يُفضّل ارتداء الملابس المصنوعة م				
	رخيصة الثمن		متينة ويمكن غسلها		ثقيلة في الوزن
	يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية			(3)	, e
			الحبوب ئن: «		أ، ب معًا
1	الملابس يجع			(a)	<u>کي</u>
(36)	المنظرين المنظرين المنافرة الم	_	اتساخ		<u>حي</u>
18	من الصفات الواجب توافرها في ا المصداقية والقدرة على				
	الإقناع	9	يحتوي على جمل طويلة	(2)	لا يبرز العلامة التجارية للشركة
10	مصدر قماش الحرير	<u> </u>			
	الله دودة القز	(الأغنام	(2)	البترول
يمكن يمكن	نكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز OR Cod أو من خلال صفحة "المتميز – أ/ محمود سعيد".	(1)	الرهراوملائل		(700





		إعلانية ناجحة	ن حملة	, الأمور الواجب اتباعها لضمار	س مز
أ، ب معًا	ی (چ	القدرة على التنافس	(المصداقية	
-(عنها بشكل فعال	للتعبير	خدم	لامات التجارية الناجحة تست	الع الع
أ، ب معا	②	الرموز فقط	(4)	الكلمات فقط	D
				، مبادئ التصميم الجيد أن يكو	
بسيطا				معقدا	
•				لا يتضمن شعار ا <mark>لشركة الاس</mark> ـــــــــــــــــــــــــــــــــــ	
قصيرا	②	صعبا	<u>(4)</u>	طويلا طويلا	D
		••••		ـاش ال <mark>صوف مص</mark> دره	
البترول	②	الأغنام	(4)	ک دو <mark>دة الق</mark> ز	D
	ب الأسواق.	نجات قبل عرضها في	ربة المنن	موعة تقوم بتج	_ (IV) ~
البحث				الدعم	
		************	ږ	ناية با <mark>لملاب</mark> س تساعد على توفي	all Vr
الكهرباء	②	<u>JU</u> I	9	المسحوق	
•••••	لا يؤثر سلبيًّا على	دة استخدامه حتى ا	من إعا	فضَّل تص <mark>ميم ا</mark> لمنتج بشكل يض	يْ الله
كوكب الأرض	_		_	السوق	
	•••••	لطعام ما عد <mark>ا</mark>	لة على اا	، مما يلي من إرشادات المحافظ	VE)
ترك الطعام خارج الثلام	②	تنظيف الأسطح	4) غسل الطعام	
عوا به.	مربوا المنتج واقتن	، من العملاء الذين <mark>-</mark>	جموعة	<mark>سویق</mark> یقوم به م	الت الت
بالحملا <mark>ت ا</mark> لإعلانية	②	بالعمولة	(4)	الشفهي	D
	(مفن في ظروف بيئية	يريا وال	مو الكائنات الدقيق <mark>ة مثل البكت</mark>	منت (۱۷)
ساخنة جدا	②	دافئة رطبة	()	متجمدة	D
	•••••	ن الأشياء غير	يُعتبر مر	طاء معلومات خطأ في الإعلان إ	اعر 🕠
اللائقة	②	القانونية	(4)	الفنية	D
		•••••	من	توي الترمس على نسبة عالية	من س
الاملاح	②	الدهون	(4)	البروتين	D
	، والمعادن.	بيرة من الفيتامينات	کمیة کب	طعمة تحتوي على ك	الأد
الفاسدة	②	الصحية	4	المقلية	





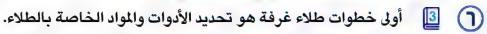
			فواكه والعسل.	ئي في ال	وفر بشكل طبيع	(۱) تتو
ملاح المعدنية	וצי	(2)			الألياف	
				با عدا .	, مما يلي من الأغذية الصحية ه	کل ۱۱۸ کل
طعمة الدهنية	الأد	②	الخضراوات	(•)	الفاكهة	D
ركة .	ه الش	قوم با	بُوضح للعملاء النشاط الذي تذ	ن رمز يُ	هو عبارة عر	··· (V)
وان الشركة	عذ	②	العلامة التجارية	(4)	شعار الشركة	D
					راء كمية أقل من المل <mark>ابس يعني</mark>	
ي	أقل	②	مضاعف	4	اً أكثر	D
				•••••	بود الحد <mark>ائق يس</mark> اعد على	(30) e
<u>ب معًا</u>	أ،	②	استمتاع الكبار والأطفال		تنقية الهواء	
			داخل الحدائق.	م فقط	با <mark>تات</mark> تنمو خلال عا.	الذ
ينة	الز	②	المعمرة	(4)	الحولية	D
	•••••		ت خفيفة صحية م <mark>ثل</mark>	بوجباه	كن اس <mark>تبد</mark> ال الوجبات السريعة	س یم
<u>رة المشوية</u>	الذ	②	المشروبات الغازية	4	البطاطس المقلية	D
			بيرة من	يات كب	توي الو <mark>جبات ا</mark> لسريعة على كم	مت (۱۷)
2	<u>III</u>	(2)	المعادن	(4)	الفيتامي <mark>نات</mark>	D
ر والدهون.	السكر	ر من ا	بات التي تح <mark>توي على قد</mark> ر كبير	الوج	ن أ <mark>مثل</mark> ة الأطعمة <mark></mark>	س مز
شوية	il.	②	غير الصحية	4	المسلوقة	D
			*******		تبر الأرز والبطاطس من	نعي (۱۹
شويات	الذ	(2)	الفيتامينات	(4)	न्ता (
			والعناصر الغذائية الأخرى.		فذى البكتيريا والعفن على	<u> </u>
<u> مکریات</u>	الت	②	الاملاح	Θ	الدهون	D
عام العبارة الغير د) İ (×	امة (أمام العبارة الصحيحة وعلا $(\sqrt{})$	عزامة	لسؤال الثاني ملاطع	
	نه دا.	، المكت	لصناعي؛ لحمايته من العفن و	ثم اب ال	بتم اضافة المواد الحافظة للن	
			•		يرتدي النقاش قفازات يد مد	
			. " . ت؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.		**	
					من الأدوات اللازمة لطلاء الغ	[3 E
		جاز.	الأواني بعيدة عن طرف البوتا.		عند الطهي يجب أن تكون ما	1 0
			ز دره اونازین	00	صول على المذكرات والإختبارات من خلال م <mark>سح</mark> رمز) أو من خلال صفحة "المتميز - أ/ محمود سعيد".	يمكنكم الد QR Code الد

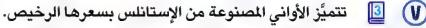


المهارات المهنية

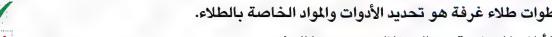


الصف الرابع الإبتدائي - الفصل الدراسي الثاني





- 3 في حالة اندلاع حريق كهربي يجب فصل التيار الكهربي عن المنزل مباشرة.
- لا يُفضل استخدام الملاعق الفولانية؛ لأنها معرضة للصدأ وتمتص الروائح. 3
 - يمكننا إخماد الحرائق الناتجة عن الزيت بواسطة الماء. 3
 - من احتياطات السلامة تقطيع الطعام بعيدًا عن اليد. 3
- في حالة تسرُّب غاز لا يجب أن <mark>تضيء أي مصباح كهربي؛ لتجن</mark>ب حدوث حريق. 3
 - 3 الإفراط في طهى الطعام يحافظ على عناصره الغذائية.
 - (E تُستخدم الضمادات اللاصقة في معالجة الجروح والخدوش الصغيرة. 3
 - يمكننا <mark>استخ</mark>دام ميزان الحرارة للتحقق من أن الدجاج قد تم طهيه جيدًا. 3
 - 3 (n يُفضّل غسل اليدين جيدًا قبل قيامك بإعداد الطعام.
 - استخدام الإسعافات الأولية في حالات الحروق والكسور أمر ضروري. 3
 - 3 من مميزات الملاعق السيليكون أنها لا تخدش الأواني
 - (19 3 من الممكن استخدام الرباط الطبي في لف الالتواءات وتثبيتها.
 - من عيوب المقلاة المصنوعة من الألومنيوم تفاعلها مع الأطعمة الحمضية. 3
 - 3 من خطوات السلامة التأكد من إغلاق مفاتيح البوتاجاز بعد انتهاء الطهى.
 - 3 من عيوب الأوانى ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش.
- 3 <mark>يج</mark>ب الابتع<mark>اد عن أس</mark>لاك الكهرباء عندما تكون اليد مبتلة حتى لا نتعرض <mark>للصعق ا</mark>لكه<mark>ربي.</mark>
 - يُفضل استعمال الأوانى ذات الطلاء غير اللاصق حتى لا يلتصق الطعام بها. 3
 - لون طلاء الغرف لا يُشكل فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة. 3
 - عند إعداد العصير يُفضل إضافة السكر إلى السائل عندما يكون باردًا. 3
 - ليس من الضروري التأكد من إحكام غلق أوعية الطلاء. 3
 - الشراب الصناعى ه<mark>و مزيج</mark> من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعى. 3
 - أثناء طلاء الجدران الداخلية يجب غلق النوافذ والأبواب. 3
 - 3 يجب تخزين الطلاء في الأماكن الحارة للحفاظ عليه فترة أكبر.
 - عندما لا نستطيع السيطرة على الحريق بالمنزل يجب الاتصال بخدمة الطوارئ ١٢٩ 3
 - 3 يمكن استخدام ملابسك في تضميد الجروح المفتوحة.
 - 3 عند إعداد الطعام يجب غسل الخضر اوات والفواكه والأسماك في وعاء واحد.
 - يجب تجنُّب استخدام الأدوات البلاستيكية؛ لأنها مضرة للبيئة. 3
 - يتكوَّن الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية ومنكهات الطعم. 3
 - المشروبات الطبيعية تحتوى على عناصر غذائية قليلة جدًّا. 3
 - ليحصل النقاش على أفضل النتائج أثناء عمله، فإنه يتبع أسلوب «خطوة خطوة». 3













































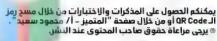








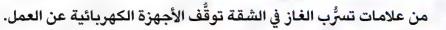




المهارات المهنية



(PA



- لتطهير الحروق والخدوش نضع قدرًا بسيطًا من كريم علاج اللدغات.
 - [3] التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًّا وغير صحي. (8)
- نستخدم الملاعق المسطحة المصنوعة من السيليكون؛ لأنه لاصق وغير مرن. B
 - (EL 🚨 يُستخدم الكريم المطهر في الإسعافات الأولية لتثبيت الرباط على الجرح.
 - يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على المشروبات المفيدة.
 - (EE ممارسة الرياضة يوميًّا يساعدنا على الحفاظ على صحتنا.
 - ED تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على الخضراوات والحبوب.
 - للحفاظ على صحتك يجب تناول أطعمة مليئة بالدهون. E

 - - - تعتبر الدهون من مصادر الحصول على الطاقة.
 - يحتاج الجسم إلى الأملاح المعدنية لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها. 01
 - Or توجد الأليا<mark>ف</mark> في الحبوب والبقوليات والفواكه.
 - Œ يحتاج الجسم إلى الفيتامينات للمحافظة على مناعته ومقاومة الأمراض.

 - **O** للألياف أهمية كبرى في عملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم.
 - OV يساعد الماء الجسم على التخلص من السموم.
 - OA يجب علينا تناول الوجبات السريعة للحفاظ على صحتنا.
 - يحتاج الأطفال إلى أطعمة غنية بالعناصر الغذائية. PO
- - الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية. T
 - P يحتوي النظام الغذائي الصحى للأطفال على الكثير من الدهون.
 - تناول المشروبات الغازية باستمرار مفيد جدًّا لصحة الأطفال. Œ

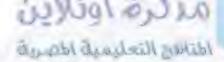
 - n تجنب تناول المكسرات واللحوم الخالية من الدهون لتأثيرها السلبي على صحتك
 - M على الرغم من أضرار الوجبات السريعة، إلا أننا نفضل تناولها.

- - - - من أمثلة الأطعمة الصحية الحلويات والأطعمة المقلية بالزيت. EV
 - يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء النظيف يوميًّا على التخلص من السموم. (EA)
 - **E9** ليكون يومك صحيًّا يُفضل ممارسة الرياضة لمدة ساعة.
 - **()**•
 - - **(P** تحتوى المكسرات والزيتون والأسماك على دهون ضارة.
 - - 00 نجد الحديد في اللحوم الحمراء والأسماك.
- - Œ <mark>يمكننا</mark> جعل أطباقنا صح<mark>ية أكثر من خ</mark>لال القيام ببعض التغييرات البسيطة عليه<mark>ا.</mark>
 - 1 يعتبر الكشرى من الوجبات الغنية بالعناصر الغذائية.

 - من العادات الغذائية الإيجابية التقليل من كميات السكريات والدهون. 10
 - - (TV البطاطس المقلية من الوجبات الخفيفة الصحية.







المضارات المضنية



- 🔾 الهف الرابع الإبتدائب -الفصل الدراسي الثانب
- من الأفضل أثناء المناقشة إقناع زملائك برأيك بالقوة. (19)
- من الأفضل تناول المشروبات الغازية بدلا من المشروبات الطبيعية. V•
 - الذرة المشوية غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن. (VI
 - (Vr البليلة وحمص الشام من الوجبات السريعة غير الصحية.
- (VP لتناول وجبات خفيفة صحية نستبدل البطاطس المشوية بالبطاطس المقلية.
 - VE الوجبات السريعة تحتوي على نسبة مرتفعة من الفيتامينات.
- **v** من علامات الفاكهة ا<mark>لطازجة وجودها</mark> في حالة لينة وتفوح منها رائ<mark>حة تخ</mark>مر.
 - ابقاء اللحوم وال<mark>البان لف</mark>ترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر على صلاحيتها .
 - VA يفسد العديد م<mark>ن ا</mark>لأطعمة إذا لم يتم حفظها بطريقة مناسبة.
 - PV من أسباب <mark>فساد</mark> الطعام الكائنات الدقيقة التي تعيش في الهواء.
 - **(1.** ظهور بقع داكنة على الخضراوات يعد دليل على فسادها.
 - AI ليس من الضروري مسح المناضد قبل إعداد الطعام.
 - من إرشاد<mark>ات ا</mark>لحفاظ على الطعام ربط الشعر أو تغطيته.
- P تفسد <mark>اللحوم</mark> والدجاج عند تركها خارج الثلاجة لأكثر من ساعة في حرارة مرتفعة .

 - (10 تتشابه جميع الحدائق من حيث التصميم.
 - M تُعد حديقة أنطو<mark>نيادس أقدم حديقة عامة في القاهرة.</mark>
 - AV عند تصميم الحدائق يجب مراعاة تواجد أماكن ظل للاسترخاء والتحاور.
 - M النباتات الحولية نباتات <mark>ستنمو لمدة عام واحد.</mark>
 - PA عند تصميم الحدائق يجب التفكير في الأشخاص المستفيدين منها.
 - 4 يجب أن تُصمم جميع أنواع الحدائق بشكل منظم فقط.
 - P <mark>تختلف الحدائق عن بعضها من حيث</mark> الأرصفة والممرات وأشكال وأنواع النبات
 - يعتبر الكَتَّان من أنواع الأقمشة ثقيلة الوزن. P
 - 4 الملابس البوليستر ملابس صديقة للبيئة.
 - 39 يجب معالجة بقع الملابس فور حدوثها.
 - 90 العناية بالملابس توفر المال، ولكنها تتسبب في أضرار بيئية.
 - **(1)** لتوفير الطاقة يُفضِّل غسيل الملابس بمياه ساخنة.
 - (VP) لتوفير الطاقة تجنُّب استخدام آلة تجفيف الملابس.
 - يتميز الحرير بأنه ناعم وليِّن ومتين. (AP)
 - 99 قبل البدء في غسل ملابسك عليك فرزها بحسب لونها ومدى اتساخها.
 - (F) إعادة تدوير الملابس هو إحدى طرق المساعدة في حماية البيئة.

- - VO يستحسن إبقاء اللحوم والألبان خارج الثلاجة لحين استخدامها.
- - W

 - - (N
- - (AE تساعد الحدائق على تقليل تلوث الهواء.

×

×

×

- ×









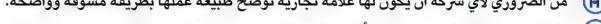


- من صفات الشعار الجيد معرفة أي شركة يمثلها الشعار بمجرد رؤيته. (HP)
 - (FE) من الضروري أن يتضمن الشعار اسم الشركة.
- السوق المستهدفة من أهم العوامل الواجب مراعاتها عند تصميم شعار الشركة. **(1-0)**
- - (HV) الشعار هو مجرد صور و<mark>كلمات ليس لها معنى.</mark>
 - يعتبر الرمز الذي يو<mark>ضح النشا</mark>ط الذي تمارسه الشركة هو شعار الش<mark>ركة</mark> (I-V)
 - على المصممين أن يفكروا بطريقة مختلفة عن التي يفكر بها المستخدمون.
 - مجموعة التركيز تقوم بتجربة المنتجات بعد عرضها في الأسواق.
 - التسويق ال<mark>شف</mark>هي يقوم به مجموعة من شركات الإعلانات الكبيرة.
 - - (IIV لنجاح إعلانك يجب معرفة كل المستجدات عن منافسيك.
 - <mark>ليس من الضروري إعطاء معلومات صادقة وصحيحة في إعلانك.</mark>
 - PII الإعلان الناجح يجب أن يكون جانبًا لافتا للانتباه

السؤال الثالث

قدرتك على التنافس تمثل فرقًا في مدى نجاح الحملة الإعلانية لمنتجك.

ليس من الضروري اتباع علامات التنظيف الموجودة على ملصقات الملابس.

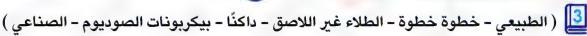


- (F) تتضمن العلامة التجارية الناجحة صوَرًا وكلمات ورموزًا للتعبير عن الشركة بشكل فعال.

 - عند عمل أي <mark>تصميم يج</mark>ب أن يكون بسيطًا ومناسبًا لجميع الفئات. (P9)
 - - - من الضروري اختبار المنتجات قبل عرضها في الأسواق.

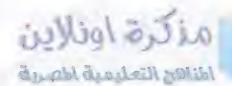
 - التسويق ا<mark>لشف</mark>هي له مصداقية أكثر عند الناس من الحملات الإعلانية. (IE)
 - (IIO إعطاء معل<mark>ومات خاطئة في إعلان ما، يُعد من الأمور غير القانونية.</mark>
 - شعار الحم<mark>لات الإع</mark>لانية يجب أن يقتصر على بضع كلمات لا تزيد عن ثلاث .

أكمل العبارات التالية بالإجابة المناسبة من بين الأقواس



- يبدو لون الشراب داكنا عند صناعته بسكر غير نظيف. 1
- (1) يتَّبع النقاشون المحترفون أسلوب خطوة خطوة أثناء العمل.
- (4) الشراب الطبيعي غنى بالفيتامينات والاملاح المعدنية ؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.
- E في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي يجب إطفاء الحريق باستخدام بيكربونات الصوديوم
 - 0 من عيوب الأواني ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش.

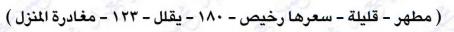




المهارات المهنية



3



- ① عند اندلاع حريق بالمنزل علينا الاتصال بـ ١٨٠
- ① تتميَّز المقلاة المصنوعة من الألومنيوم بألوانها المختلفة و سعرها رخيص
 - (4) الإفراط في طهي الطعام يقلل من العناصر الغذائية المتوفرة فيه.
 - E نضع كريم مطهر لتطهير الحروق والخدوش.
 - الشراب الصناعي يحتوي على عناصر غذائية <mark>قليلة</mark> 0
 - (1)إذا شممت رائحة غاز بالمنزل يجب القيام بـ مغادرة المنزل

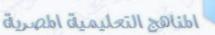
- (الطبيعي شاش معقم لون الطلاء الصناعي مفتوحة السيليكون ال<mark>حرار</mark>ة)
 - الشراب الصناعي يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي. 1
 - لتجنُّب خطر اندلاع حريق.يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن الحرارة (1)
 - P نستخد<mark>م شاش معقم</mark> لمعالجة الجروح المفتوحة.
 - **(E)** اختيار <mark>لون الطلاء</mark> يحدث فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة.
 - 0 يُفضل ش<mark>راء</mark> الملاعق المصنوعة من <mark>السيليكون</mark> لأنه مرن وغير لاصق.
 - (1) أثناء الطل<mark>اء ي</mark>جب ترك النوافذ والأبواب مفتوحة

(A - ectlerise
- <mark>من م</mark>ميزات الإعلان ال<mark>ناجح والجيد أن يكون قابل للتصديق</mark> 1
- من أهم أنواع الطعام <mark>لتكوين وجبة غذائية متوازنة الخضروات</mark> (1)
 - (4) عند ظهور بقع على الملابس يجب معالجتها <mark>فوراً</mark>
 - E يحتوي السمك على فيتامين A.
 - 0 النباتات الحولية تنمو ل<mark>مدة عام .</mark>
- الأسماك والبيض والبقوليات من الأطعمة الصحية المفيدة للجسم. \bigcirc

(الشفهي – الأطعمة المقلية – الرياضة – شعار الشركة – الدم)

- يجب ممارسة الرياضة يوميًّا للحفاظ على صحتنا. ①
- 0 شعار الشركة هو رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تمارسه الشركة.
- P التسويق الشفهى يقوم به مجموعة من العملاء الذين قاموا بتجريب المنتج واقتنعوا به
 - **(E)** الحديد عنصر مهم لـ الدم
 - من العادات الغذائية السلبية تناول كميات كبيرة من <mark>الاطعمة المقلية</mark> 0

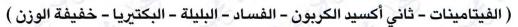




مذكرة اونلاين







- ترك الطعام على المنضدة فترة طويلة يعرضه لـ الفساد
 - السبب الرئيسي في فساد الأطعمة البكتيريا 🕜
 - من الوجبات الخفيفة الصحية البليلة
 - المساحات الخضراء تمتص ثاني أكسيد الكربون
- يحتاج الجسم إلى الفيتامينات لمساعدته على مقاومة الأمراض.
 - يتميز قماش الكَتَّان بأنه خفيف الوزن



(الثلاجة - الالياف - ٨ - شعار - الدهون - ٥)

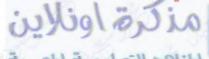
- المعام غير المستخدم في الثلاجة المستخدم في الثلاجة
- تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من الدهون.
- الالياف مهمة لعملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم
- من الأمور الواجب مراعاتها لضمان نجاح حملتك الإعلانية ابتكار شعار.
 - شرب ۸ أكواب يوميًا يساعد على طرد السموم من الجسم.

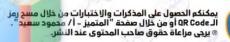
أجب عن الاسئلة الأتية

السؤال الرابع

- ل المالية من المراب جيدًا قبل تصنيعه؟
- 🗓 درجة الحرارة المرتفعة تساعد على القضاء على البكتيريا
 - الماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟
 - لتجنب خطر اندلاع الحريق
 - الماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضر اوات؟
- [3] لان الافراط في طهي الخضراوات يقلل من العناصر الغذائية المتوافرة فيها.
- اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟
 - [3] الرباط الطبي كريم مطهر المقص.
 - اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم.
 - [2] الخبز أو الشوي أو التحمير في الفرن.
 - الماذا يجب تجنُّب شراء أدوات المطبخ البلاستيكية؟
 - النها من المكن أن تذوب إذا تركت في إناء ساخن، كما أنها تضر بالبيئة
 - لاذا يُفضل الشراب الطبيعي عن الشراب الصناعي؟
 - 🗓 🧪 لانه غني بالفيتامينات والاملاح المعدنية.





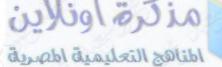


3



- لاا نترك النوافذ مفتوحة أثناء طلاء جدران الغرفة؟
 - التهوية الغرفة
- و كيف تتصرَّف في حالة إصابة أحد الأشخاص في حادث بإصابات خطيرة؟
 - يجب عليك الاتصال بخدمة الاسعاف ١٢٣ على الفور.
 - الله الألومنيوم مصدر خطر في صناعة الأواني؟ الله المادا يعد الألومنيوم
- 🗓 🧪 لانه يتفاعل مع الاطعمة الحمضية عند تعرضه إلى درجات حرارة عالية.
 - الأمور الواجب توافرها لضمان نجاح إعلان؟
- ابتكار شعار يرمز <mark>للعلامة</mark> التجارية القدرة على التنافس الص<mark>دق في الإعلان.</mark>
 - اذكر أمثلة لأنواع الطعام المكونة للوجبة الغذائية المتوازنة.
 - الخضر أوا<mark>ت، ا</mark>لفاكهة، الحبوب الكاملة.
 - اذكر ثلاث<mark>ة من</mark> مبادئ التصميم الجيد.
- أن يكو<mark>ن س</mark>هًل في الاستخدام يوفر الحل المناسب للعمل المطلوب. إمكانية إعادة اس<mark>تخ</mark>دامه.
- ها الفائ<mark>دة</mark> من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية؟ التخطيط المسبق لوجباتنا الغذائية يساعدنا على الحصول على نمط غذائي صحي يوفر للجسم جميع العناصر الغذائية اللازمة.
 - العلامة التجارية؟ ما أهمية
 - تظهر للعملاء طبيعة وأهمية عمل الشركة وهويتها بطريقة واضحة ومشو<mark>قة.</mark>
 - ما أهمية الأليا<mark>ف للجسم؟</mark>
 - مهمة لعملية الهضم وتساعد على ضبط مستوى السكر في الدم.
- اذكر بعض احتياجات الأشخاص المستفيدين من الحديقة للاستمتاع بها. توفير أماكن جلوس بالقرب من نافورة وجود أماكن ظل للاسترخاء توفير مقاعد للجلوس لقراءة الكتب.
 - اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟ السكريات والنشويات.
 - اذكر واحدة من إرشادات الحفاظ على الأطعمة؟ إبقاء الطعام في الثلاجة ، غسل اليدين باستمرار بالماء والصابون .
 - ما هي صفات الإعلان الجيد؟ قابل للتصديق - مميز وفريد ولا ينسى.
 - لانها تحتوي على كميات كبيرة من الأطعمة غير الصحية؟ لانها تحتوي على كميات كبيرة من الملح والدهون.
 - الله الله العد الوجبات السريعة مضرة؟
 - لانها تحتوي على كمية كبيرة من السكر والملح والدهون







- كيف نحافظ على الطعام من التلف والفساد؟ عن طريق حفظه جيدا في بيئة باردة الثلاجة.
- كم عدد الأكواب التي يجب أن نتناولها يوميًا؟ المحواب التي المحواب التي يجب أن نتناولها يوميًا؟
- ما هي أهمية الحدائق والمتنزهات؟ تتيح المتنزهات والتعلم، وهي أيضا مفيدة للبيئة حيث تمتص غاز ثاني أكسيد الكربون من الهواء.
 - ما أهمية البروتينات؟ تعمل على بناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها.
- ر وضّح الفرق بين النباتات الحولية والمعمرة. (نباتات مزهرة معمرة) ستبقى أكثر من عام. (نباتات مزهرة معمرة) ستبقى أكثر من عام.
 - اذكر أهمية الإعلانات ؟ تساعد على تذكر العميل للمنتج والعلامة التجارية ، تعمل على إعلام الناس وتثقيفهم وإقناعهم .
 - اذكر الطريقة المناسبة لمعالجة بقع الملابس.
 - عندما تجد بقعة على قطعة من ملابسك، يجب معالجتها فور حدوثها وقبل أن يتم غ<mark>سل</mark>ها.
 - اكتب اثنين من مصادر الأقمشة الصديقة للبيئة. دودة القز الاغنام.
- اذكر بعض العوامل التي يجب مراعاتها عند التخطيط لإنشاء علامة تجارية.

 الرؤية التي تهدف الشركة إلى تحقيقها القيّم المهمة بالنسبة إلى الشركة معرفة السبب الذي يجعل
 الناس تتعامل تجاريًّا مع شركة ما.
 - کیف یمکن أن نجعل الوجبات السریعة صحیة أكثر؟
- عن طريق طهي الوجبات مشوية بدًل من مقلية، والأعتماد على العصائر الطبيعية بدًل من المشروبات الغازية الغاذية المنافية المن
 - لأنه يجعل استخدام الاشياء سهَّل
 - وجبات متوازنة. اذكر واحدة منها. 🔻 🌉 يحتاج الأطفال إلى تناول وجبات متوازنة. اذكر واحدة منها.
 - الكشري أو الملوخية نظرا لاحتوائها على العديد من العناصر الغذائية.

تم بحمد الله ،

بسم الله الرحمن الرحيم " إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " صدق الله العظيم



